

Оглавление

#### Важные документы

- [Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба](#)
- [Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба](#)
  - [I. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки](#)
  - [II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенности реализации спортивной борьбы \(спортивных дисциплин\)](#)
  - [III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой программой спортивной подготовки](#)
  - [IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки](#)
  - [V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта спортивная борьба](#)
  - [VI. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям](#)
- [Приложение N 1. Личностные и иные показатели спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта ...](#)
- [Приложение N 2. Составление объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки](#)
- [Приложение N 3. Регламентирование показателей соревновательной деятельности по виду спорта спортивная борьба](#)
- [Приложение N 4. Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта спортивная борьба](#)
- [Приложение N 5. Программы общей и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки](#)
- [Приложение N 6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе \(этапе спортивной специализации\)](#)
- [Приложение N 7. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего мастерства](#)
- [Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства](#)
- [Приложение N 9. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки](#)
- [Приложение N 10. Перечень тренировочных сборов](#)
- [Приложение N 11. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки](#)
- [Приложение N 12. Обеспечение спортивной экипировкой](#)

Действующий

найти в оглавлении

найти в тексте

## Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПРИКАЗ

от 27 марта 2013 года N 145

Об утверждении [Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба](#)

В соответствии с [частью 1 статьи 34 Федерального закона от 14.12.2007\\* N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации"](#) (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, N 50, ст.6242; 2008, N 30 (ч.II), ст.3616; N 52 (ч.I), ст.6236; 2009, N 19, ст.2272; N 29, ст.3612; N 48, ст.5726; N 51, ст.6150; 2010, N 19, ст.2290; N 31, ст.4165; N 49, ст.6417; N 51 (ч.III), ст.6810; 2011, N 9, ст.1207; N 17, ст.2317; N 30 (ч.I), ст.4596; N 45, ст.6331; N 49 (ч.V), ст.7062; N 50, ст.7354, 7355; 2012, N 29, ст.3988; N 31, ст.4325; N 50 (ч.V), ст.6960; N 53 (ч.I), ст.7582) и [подпунктом 4.2.27 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации](#), утвержденного [постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 N 607](#) (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, N 26, ст.3525),

\* Вероятно, ошибка оригинала. Следует читать: "от 04.12.2007". - Примечание изготовителя базы данных.

приказываю:

1. Утвердить прилагаемый [Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба](#).
2. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Министр  
В.Л.Мутко

Зарегистрировано  
в Министерстве юстиции  
Российской Федерации  
10 июня 2013 года,  
регистрационный N 28760

Освоение

## Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба

- Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба
- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба

Приложение

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба (далее - ФССП) разработан на основании Федерального закона от 04.12.2007\* N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, N 50, ст.6242; 2008, N 30 (ч.1), ст.3616; N 52 (ч.1), ст.6236; 2009, N 19, ст.2272; N 29, ст.3612; N 48, ст.5726; N 51, ст.6150; 2010, N 19, ст.2290; N 31, ст.4163; N 49, ст.6417; N 51 (ч.1), ст.6810; 2011, N 9, ст.1207; N 17, ст.2317; N 30 (ч.1), ст.4596; N 45, ст.6331; N 49 (ч.1), ст.7062; N 50, ст.7354; 2012, N 29, ст.3988; N 31, ст.4325; N 50 (ч.1), ст.6960; N 53 (ч.1), ст.7582) и Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012, N 607. (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, N 26, ст.3525) и определяет условия и требования к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с Федеральным законом "О физической культуре и спорте в Российской Федерации".

Приложение N 1. Длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба.

\* Вероятно, ошибка оригинала. Следует читать: "от 04.12.2007". - Примечание изготовителя базы данных.

Приложение N 2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба

Приложение N 3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спортивная борьба

Приложение N 4. План физкультурно-спортивных мероприятий по виду спорта спортивная борьба

**I. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки**

1. Программы спортивной подготовки по видам спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба должны содержать следующие разделы:
- титульное наименование спортивного мастерства
  - пояснительная записка
  - нормативная часть
  - методическая часть
- Приложение N 7. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства
- Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства
- Приложение N 9. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки
- Приложение N 10. Перечень тренировочных сборов
- Приложение N 11. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки
- Приложение N 12. Обеспечение спортивной экипировкой

найти в оглавлении

Поиск в тексте

зачетные требования;

обеспечение Программы;

- план физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

1.1. Титульный лист Программы должен содержать:

- наименование вида спорта;
- наименование организации, осуществляющей спортивную подготовку;
- название Программы;
- название федерального стандарта спортивной подготовки, на основе которого разработана Программа;
- срок реализации Программы;
- год составления Программы.

1.2. В пояснительной записке Программы даются характеристика вида спорта, его отличительные особенности и специфика организации тренировочного процесса, излагается структура системы многолетней подготовки (этапы, уровни, дисциплины).

1.3. Нормативная часть Программы должна содержать:

- длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба (;
- соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба (;
- планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спортивная борьба (;
- режимы тренировочной работы;
- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку;
- предельные тренировочные нагрузки;
- минимальный и предельный объем соревновательной деятельности;
- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию;

- найти в оглавлении
- пытатам реализации Программы на каждом этапе спортивной подготовки, выполнение которых дает основание для перевода лица, проходящего спортивную подготовку, на следующий этап спортивной подготовки;

- 1.6. Информационное обеспечение Программы должно включать: список литературных источников, перечень аудиовизуальных средств, перечень интернет-ресурсов, необходимые для использования в работе лицами, осуществляющими спортивную подготовку, и при прохождении спортивной подготовки лицами, проходящими спортивную подготовку.

1.7. План физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий формируется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, на основе Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календарных планов физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, муниципальных образований.

2. Нормативы по видам спортивной подготовки и их соотношение на этапах спортивной подготовки в группах, занимающихся видом спорта спортивная борьба, включают в себя:

2.1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки (.

2.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (.

2.3. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства (.

2.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства (

## 2.5. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки (С

Основание:

**III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой программой спортивной подготовки**

Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба

• Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба

3. Требования к участию в спортивных соревнованиях лиц, проходящих спортивную подготовку:

I. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и

практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки

- соответствие возраста и пола участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях и правилам вида спорта спортивная борьба;

II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную

подготовку, особенностей вида спорта спортивная борьба (спортивных дисциплин)

о III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой программой спортивной подготовки

положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях и правилам вида спорта спортивная борьба:

о IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки

о V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта спортивная борьба

- выполнение плана спортивной подготовки;

VI. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и

инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям

- прохождение предварительного соревновательного отбора;

Приложение N 1. Длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной

- наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;

о Приложение N 2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной

подготовки по видам спорта спортивная борьба

о Приложение N 3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спортивная борьба

Лицо, проходящее спортивную подготовку, направляется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, на спортивные

соревнования в соответствии с содержащимся в Программе планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и положениями

(регламентами) о спортивных соревнованиях и спортивных мероприятиях.

о Приложение N 4. Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта спортивная борьба

Приложение N 5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной

подготовки

о Приложение N 6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном

этапе (этапе спортивной специализации)

4. Требования к участию лиц, осуществляющих спортивную подготовку, в спортивных соревнованиях определяются в соответствии с

правилами Приложение N 7. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе

совершенствования спортивного мастерства

спортивную подготовку

о Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего

спортивного мастерства

о Приложение N 9. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки

о Приложение N 10. Перечень тренировочных сборов

**IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной**

**подготовки**

Приложение N 11. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки

Приложение N 12. Обеспечение спортивной экипировкой

найти в оглавлении

ии Программы являются:

Поиск в тексте

5.1. На этапе начальной подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта спортивная борьба;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта спортивная борьба.

5.2. На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- общая и специальная физическая, техническая, тактическая и психологическая подготовка;
- приобретение опыта и стабильность выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта спортивная борьба;
- формирование спортивной мотивации;
- укрепление здоровья спортсменов.

5.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышение функциональных возможностей организма спортсменов;
- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- поддержание высокого уровня спортивной мотивации;
- сохранение здоровья спортсменов.

5.4. На этапе высшего спортивного мастерства:

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;



Оглавление

1. Цели и задачи стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

- [Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба](#)
- [Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба](#)

6. Для обеспечения круглогодичности спортивной подготовки, организации, осуществляющей подготовку и подготовку спортсменов по виду спорта спортивная борьба, предоставляются пособия в целях установления и определения состава перспективных спортсменов для достижения высоких спортивных результатов.

[V. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта спортивная борьба \(спортивных дисциплин\)](#)

Система спортивной подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой программой спортивной подготовки

- а) массовый просмотр и тестирование юношей и девушек с целью ориентирования их на занятия спортом по виду спорта спортивная борьба
- б) отбор перспективных юношей и девушек для включения в состав перспективных спортсменов по виду спорта спортивная борьба
- в) просмотр и отбор перспективных юношей и девушек на тренировочных сборах и соревнованиях

[Приложение N 2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба](#)

7. Максимальный возраст лиц, проходящих спортивную подготовку по Программе на этапе высшего спортивного мастерства, не ограничивается.

[Приложение N 3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спортивная борьба](#)

8. Образовательные учреждения дополнительного образования детей, осуществляющие деятельность в области физической культуры и спорта, образовательные учреждения среднего профессионального образования, осуществляющие деятельность в области физической культуры и спорта для наиболее перспективных выпускников, проходящих спортивную подготовку на этапах спортивного совершенствования или высшего спортивного мастерства, могут предоставить возможность прохождения стажировок сроком до четырех лет (до 10% от количества лиц, проходящих спортивную подготовку).

[Приложение N 4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе спортивной подготовки](#)

[Приложение N 5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства](#)

[Приложение N 6. Нормативы максимальной объема тренировочной нагрузки](#)

[Приложение N 7. Перечень тренировочных сборов](#)

[Приложение N 8. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки](#)

**V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта спортивная борьба**

найти в оглавлении

10. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта спортивная борьба, содержащим в своем названии "вольная борьба" и "греко-римская борьба", определяются в Программе и учитываются при:

- составлении планов спортивной подготовки начиная с тренировочного этапа (этапа спортивной специализации);
- составлении плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

10. Тренировочный процесс в организации, осуществляющей спортивную подготовку, ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели.

11. Основными формами осуществления спортивной подготовки являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

12. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки осуществляется на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

13. Для проведения занятий на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера (тренера-преподавателя) по виду спорта спортивная борьба, привлекается дополнительно второй тренер (тренер-преподаватель) по общефизической и специальной физической подготовке при условии их одновременной работы с лицами, проходящими спортивную подготовку.

14. Для обеспечения круглогодичности спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса в соответствии с перечнем тренировочных сборов (.

15. Порядок формирования групп спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба определяется организациями, осуществляющими спортивную подготовку, самостоятельно.

## Оглавление

16. Обязательными для спортивной подготовки не являются и не являются Программой борьбы предоставляется возможность  
предоставлять спортивную подготовку на том же этапе спортивной подготовки борьба
- о I. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки
17. С учетом типовидности вида спорта спортивная борьба определяются следующие особенности спортивной подготовки
- комплексность и преемственность спортивной подготовки, а также планирование и проведение занятий (по объему, уровню и месту тренировок) на протяжении всего периода подготовки, осуществляются в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития;
  - в зависимости от условий организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка по виду спорта спортивная борьба осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям

- о Приложение N 1. Длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта ...

## VI. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе к кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям

- о Приложение N 3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спортивная борьба
  - о Приложение N 4. Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта спортивная борьба
18. Организации, осуществляющие спортивную подготовку, должны обеспечить соблюдение требований к условиям реализации Программ, в том числе к кадрам, материально-технической базе, инфраструктуре, и иным условиям, установленным настоящим ФЭСН.
- о Приложение N 5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки
  - о Приложение N 6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)
19. Требования к кадрам, осуществляющим спортивную подготовку:
- о Приложение N 7. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства
  - о Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства
- 19.1. Уровень квалификации должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей руководителей, специалистов и служащих", утвержденный приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 N 916н (зарегистрирован Минюстом России 15.08.2011, регистрационный N 22054) (далее - ЕКСД), в том числе следующим требованиям:
- о Приложение N 10. Перечень должностей руководителей, необходимый для прохождения спортивной подготовки
  - о Приложение N 12. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки

- на этапах подготовки, совершенствования спортивного мастерства, высшего профессионального образования или высшего профессионального образования без предъявления требований к стажу работы по специальности;

найти в оглавлении

Поиск в тексте

- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее одного года;

- на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства - наличие высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее трех лет.

19.2. Лица, не имеющие специальной подготовки или стажа работы, установленных в разделе "Требования к квалификации" ЕКСД, но обладающие достаточным практическим опытом и выполняющие качественно и в полном объеме возложенные на них должностные обязанности, по рекомендации аттестационной комиссии назначаются на соответствующие должности так же, как и лица, имеющие специальную подготовку и стаж работы<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Пункт 6 ЕКСД.

19.3. Количественный расчет кадровой потребности осуществляется на основе тарификации тренерского состава, планово-расчетных показателей количества лиц, осуществляющих спортивную подготовку, и режима эксплуатации спортивных сооружений, на которых осуществляется реализация Программы.

20. Требования к материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям:

- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие тренажерного зала;
- допускается наличие игрового зала;
- наличие раздевалок, душевых, допускается наличие восстановительного центра;

- наличие медицинского кабинета, оборудованного в соответствии с приказом Минздравсоцразвития России от 09.08.2010 N 613н "Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий" (зарегистрирован Минюстом России 14.09.2010, регистрационный N 18428);

- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для прохождения спортивной подготовки (минимальные требования указаны в ;

- обеспечение спортивной экипировкой (минимальные требования для групповых и индивидуальных занятий указаны в ;

- обеспечение проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;

- обеспечение питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий за счет средств, выделенных организации на выполнение государственного (муниципального) задания на оказание услуг по спортивной подготовке, либо средств, получаемых по договору

- Приложение № 1. Длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на  
этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на  
этапах спортивной подготовки по виду спорта IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки  
У. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта: спортивная борьба  
спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и

○ Приложение N 1. Длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки на федеральном уровне ...

Длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба

- |  |                     |   |                               |
|--|---------------------|---|-------------------------------|
| ○ Приложение N 5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки                           |                     |   |                               |
| ○ Приложение N 6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) |                     |   |                               |
| ○ Приложение N 7. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства       | длительность этапов | Минимальный возраст для зачисления в группы (лет) | Наполняемость групп (человек) |
| ○ Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства                 | в годах             |   |                               |
| ○ Приложение N 9. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки  |                     |   |                               |
| ○ Приложение N 10. Оборудование тренировочных сборов <sup>3</sup>  |                     | 10  | 12-15                         |
| ○ Приложение N 11. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки  |                     |   |                               |
| ○ Приложение N 12. Обеспечение спортивной экипировкой  |                     |   |                               |

	Тренировочный этап (этап найти в оглавлении ной специализации)	4	12	10-12
Поиск в тексте				
	Этап совершенствования спортивного мастерства	3	14	4-7
	Этап высшего спортивного мастерства	без ограничений	16	1-4

Приложение N 2  
к Федеральному стандарту

Разделы подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки					
	этап начальной подготовки		тренировочный этап (этап спортивной специализации)		этап совершенствования спортивного	этап высшего спортивного мастерства
	1 год	свыше года	до двух лет	свыше двух лет	мастерства	
Общая физическая подготовка (%)	43-55	32-41	22-28	16-21	9-12	31-39
Специальная физическая подготовка (%)	14-18	16-20	18-23	21-27	20-26	16-20
Технико-тактическая подготовка (%)	20-26	25-32	24-31	25-32	30-39	25-32

Организационно-методическая и психологическая подготовка (%)	5-7	6-8	7-9	8-10	8-10	6-8
Восстановительные мероприятия (%)	0-3	0-3	1-2	1-2	1-2	1-2
Инструкторская и судейская практика (%)	0-3	0-3	1-2	2-3	2-3	1-2
Участие в соревнованиях (%)	0-3	1-2	3-5	3-6	3-6	5-7

Приложение N 3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спортивная борьба

Приложение N 3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спортивная борьба						
Приложение N 2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба						
Приложение N 3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спортивная борьба						
Приложение N 4. Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта спортивная борьба						
Приложение N 5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки						
Приложение N 6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)						
Приложение N 7. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства						
Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства						
Приложение N 9. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки (этап спортивной специализации)						
Приложение N 10. Перечень тренировочных сборов						
Приложение N 11. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки						
Приложение N 12. Обеспечение спортивной экипировкой						
найти в оглавлении	до года	свыше года	до двух лет	свыше двух лет	мастерства	
Поиск в тексте						
Контрольные	-	-	3-4	4-5	5-6	5-6
Отборочные	-	-	1	1-2	1-2	1-2
Основные	-	-	1	1	1-2	1-2
Главные	-	-	-	1	1	1
Соревновательные схватки	8-12	8-12	14-38	14-38	40-44	40-48

Приложение N 4. Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта спортивная борьба

Приложение N 4  
к Федеральному стандарту

Физические качества и телосложение	Уровень влияния
Скоростные способности	3
Мышечная сила	3
Вестибулярная устойчивость	3
Выносливость	3



Оглавление	Гибкость	2
• Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба		
• Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба	Координационные способности	2
◦ I. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки	Телосложение	1
◦ II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта спортивная борьба (спортивных дисциплин)		
◦ III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в реализуемой программой спортивной подготовки		
◦ IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки		
◦ V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта спортивная борьба	Условные обозначения	
◦ VI. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям		
3 - значительное влияние	Приложение N 1. Длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта ...	
2 - среднее влияние	Приложение N 2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба	
1 - незначительное влияние	◦ Приложение N 3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спортивная борьба	
	◦ Приложение N 4. Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта спортивная борьба	
	◦ Приложение N 5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки	
	◦ Приложение N 6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе	
Приложение N 5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки	◦ Приложение N 7. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства	
	◦ Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства	Приложение N 5
	◦ Приложение N 9. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки	к Федеральному стандарту
	◦ Приложение N 10. Перечень тренировочных сборов	
	◦ Приложение N 11. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки	
	◦ Приложение N 12. Обеспечение спортивной экипировкой	

найти в оглавлении		
Поиск в тексте		
	называемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)
	1	2
	Быстрота	Бег на 30 м (не более 5,8 с)
		Бег 60 м (не более 9,8 с)
	Координация	Челночный бег 3х10 м (не более 7,8 с)
	Выносливость	Бег 400 м (не более 1 мин. 23 с)
		Бег 800 м (не более 3 мин. 20 с)
		Бег 1500 м (не более 7 мин. 50 с)
	Сила	Подтягивание на перекладине (не менее 2 раз)
		Вис на согнутых (угол до 90°) руках (не менее 2 с)
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 15 раз)
		Бросок набивного мяча (3 кг) назад (не менее 4,5 м)
		Бросок набивного мяча (3 кг) вперед из-за головы (не менее 3,5 м)
	Силовая выносливость	Подъем туловища лежа на спине (не менее 8 раз)

## Оглавление

- [Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба](#)
- [Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба](#)
  - [I. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки](#)
  - [II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта спортивная борьба \(спортивных дисциплин\)](#)
  - [III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствующей реализуемой программой спортивной подготовки](#)
  - [IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки](#)
  - [V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта спортивная борьба](#)
  - [VI. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям](#)
  - [Приложение N 1. Длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта...](#)
  - [Приложение N 2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба](#)
  - [Приложение N 3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спортивная борьба](#)
  - [Приложение N 4. Влияние физических качеств на условия допуска на старт в виде спорта спортивная борьба](#)
  - [Приложение N 5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки](#)
  - [Приложение N 6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе \(этапе спортивной специализации\)](#)
  - [Приложение N 7. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства](#)
  - [Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства](#)
  - [Приложение N 9. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки](#)
  - [Приложение N 10. Перечень тренировочных сборов](#)
  - [Приложение N 11. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки](#)
  - [Приложение N 12. Обеспечение спортивной экипировкой](#)

## Приложение N 6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)

Приложение N 6  
к Федеральному стандарту

найти в оглавлении	звизаемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)
Поиск в тексте		
	1	2
	Быстрота	Бег на 30 м (не более 5,6 с)
		Бег 60 м (не более 9,6 с)
	Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 7,6 с)
	Выносливость	Бег 400 м (не более 1 мин. 21 с)
		Бег 800 м (не более 3 мин. 10 с)
		Бег 1500 м (не более 7 мин. 40 с)
	Сила	Подтягивание на перекладине (не менее 4 раз)
		Сгибание рук в упоре на брусьях (не менее 16 раз)
		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 20 раз)
		Бросок набивного мяча (3 кг) назад (не менее 6 м)
		Бросок набивного мяча (3 кг) вперед из-за головы (не менее 5,2 м)
	Силовая выносливость	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 2 раз)

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба</li> <li>Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба             <ul style="list-style-type: none"> <li>I. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки</li> <li>II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта спортивная борьба (спортивных дисциплин)</li> <li>III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой программой спортивной подготовки</li> <li>IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки</li> <li>V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта спортивная борьба</li> <li>VI. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям</li> <li>Приложение N 1. Длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта ...</li> <li>Приложение N 2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба</li> <li>Приложение N 3. Технические показатели обязательной технической программы</li> <li>Приложение N 4. Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта спортивная борьба</li> <li>Приложение N 5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки</li> <li>Приложение N 6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства</li> <li>Приложение N 7. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства</li> <li>Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства</li> <li>Приложение N 9. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки</li> <li>Приложение N 10. Перечень тренировочных сборов</li> <li>Приложение N 11. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки</li> <li>Приложение N 12. Обеспечение спортивной экипировкой</li> </ul> </li> </ul> | <p>Прыжок в высоту с места (не менее 40 см)</p> <p>Прыжок в высоту с места (не менее 40 см)</p> <p>Тройной прыжок с места (не менее 5 м)</p> <p>Подтягивание на перекладине за 20 с (не менее 4 раз)</p> <p>Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 20 с (не менее 10 раз)</p> <p>Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 6 раз)</p> <p>Обязательная техническая программа</p> | <p>Приложение N 7 к Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба</p> |
|--|--|---|

Приложение № 6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства

## Приложение N 7

к Федеральному стандарту  
в группы на этапе высшего

[найти в оглавлении](#)

Поиск в тексте

<http://docs.cntd.ru/document/499013185>

Оглавление		Бросок набивного мяча (3 кг) назад (не менее 7 м)
<ul style="list-style-type: none"><li>Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба</li><li>Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба<ul style="list-style-type: none"><li>I. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки</li><li>II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта спортивная борьба (спортивных дисциплин)</li><li>III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствующей реализуемой программой спортивной подготовки</li><li>IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки</li><li>V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта спортивная борьба</li><li>VI. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям</li><li>Приложение N 1. Длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта ...</li><li>Приложение N 2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба</li><li>Приложение N 3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спортивная борьба</li><li>Приложение N 4. Влияние физических качеств на результаты на перекладинах за 20 с (не менее 5 раз)</li><li>Приложение N 5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки</li><li>Приложение N 6. Нормативы общей физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки</li><li>Приложение N 7. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства</li><li>Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства</li><li>Приложение N 9. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки</li><li>Приложение N 10. Перечень тренировочных сборов</li><li>Приложение N 11. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки</li><li>Приложение N 12. Обеспечение спортивной аккредитацией</li></ul></li></ul>	Бросок набивного мяча (3 кг) вперед из-за головы (не менее 6,3 м) Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 2 раз) Прыжок в длину с места (не менее 180 см) Прыжок в высоту с места (не менее 47 см) Тройной прыжок с места (не менее 6 м) Подтягивание на перекладинах за 20 с (не менее 5 раз) Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 20 с (не менее 14 раз) Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 9 раз)	
	Спортивный разряд	Кандидат в мастера спорта

найти в оглавлении

Поиск в тексте

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства

Приложение N 8  
к Федеральному стандарту

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)
1	2
Быстрота	Бег на 30 м (не более 5,2 с)
	Бег 60 м (не более 8,8 с)
	Бег 100 м (не более 13,8 с)
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 7,1 с)
	Максимальный поворот в выпрыгивании (не менее 450°)
Выносливость	Бег 400 м (не более 1 мин. 14 с)
	Бег 800 м (не более 2 мин. 44 с)
	Бег 1500 м (не более 6 мин. 20 с)
	Бег на 2000 м (не более 10 мин.)



Оглавление		Бег 2x800 м, 1 мин. отдыха (не более 5 мин. 32 с)
<div><div><div>• Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба</div><div>• <div>Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба</div><div>Сила</div><div>Подтягивание на перекладине (не менее 8 раз)</div><div>• I. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки</div><div>• II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта спортивная борьба (спортивных дисциплин)</div><div>• III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в реализуемой программой спортивной подготовки</div><div>• IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки</div><div>• V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта спортивная борьба</div><div>• VI. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе к кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку</div><div>Бросок набивного мяча (3 кг) назад (не менее 9 м)</div><div>• Приложение N 1. Длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта ...</div><div>Бросок набивного мяча (3 кг) вперед из-за головы (не менее 8 м)</div><div>• Приложение N 2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба</div><div>• Приложение N 3. Нормативные показатели спортивного овладения руками в висе на турникетической перекладине</div><div>• Приложение N 4. Влияние физических качеств (не менее 6 раз) на результативность по виду спорта спортивная борьба</div><div>• Приложение N 5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки</div><div>• Приложение N 6. Нормативы физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки</div><div>• Приложение N 7. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства</div><div>Прыжок в высоту с места (не менее 52 см)</div><div>• Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства</div><div>• Приложение N 9. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки</div><div>Тройной прыжок с места (не менее 6,2 м)</div><div>• Приложение N 10. Перечень тренировочных сборов</div><div>• Приложение N 11. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки</div><div>• Приложение N 12. Обеспечение спортивной экипировкой</div><div>Подтягивание на перекладине за 20 с (не менее 8 раз)</div></div></div></div>		
найти в оглавлении		
Поиск в тексте		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 20 с (не менее 18 раз)
		Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 11 раз)
Техническое мастерство		Обязательная техническая программа
Спортивное звание		Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса

Приложение N 9. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки

Приложение N 9  
к Федеральному стандарту

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	этап начальной подготовки		тренировочный этап (этап спортивной специализации)		этап совершенствования спортивного мастерства	этап высшего спортивного мастерства
	до года	свыше года	до двух лет	свыше двух лет		
Количество часов в неделю	6	9	12	20	28	32
Количество тренировок в неделю	3-4	3-5	6	9-12	9-14	9-14
Общее количество часов в год	312	468	624	1040	1456	1664

Объемное количество тренировок в год	208	260	312	624	728	728
--------------------------------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----

• [Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба](#)

• [Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба](#)

## Приложение N 10. Перечень тренировочных сборов

- Приложение N 10 к Федеральному стандарту
- I. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки
  - II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта спортивная борьба (спортивных дисциплин)
  - III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в реализуемой программе спортивной подготовки
  - IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки
  - V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта спортивная борьба
  - VI. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе к кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям

N п/п	Вид тренировочных сборов	Предельная продолжительность сборов по этапам спортивной подготовки (количество дней)				Оптимальное число участников
		этап	тренировочный этап	этап	этап	
	Приложение N 2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба					
	Приложение N 3. Планируемые показатели соревновательной деятельности на этапе спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба					
	Приложение N 4. Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта спортивная борьба					
	Приложение N 5. Нормативы общей физической и спортивной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки					
	Приложение N 6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)					
1	Приложение N 7. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства	4	5	6	7	
	Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства					
	Приложение N 9. Нормативы тренировочных сборов на соревнованиях					
	Приложение N 10. Перечень тренировочных сборов					
1.1.	Тренировочные сборы по подготовке к соревнованиям	21	18	-	-	определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку
1.2.	Тренировочные сборы по подготовке к чемпионатам, кубкам, первенствам России	21	18	14	-	подготовку
1.3.	Тренировочные сборы по подготовке к другим всероссийским соревнованиям	18	18	14	-	
1.4.	Тренировочные сборы по подготовке к официальным соревнованиям субъекта Российской Федерации	14	14	14	-	

## 2. Специальные тренировочные сборы

2.1.	Тренировочные сборы по общей или специальной физической подготовке	18	18	14	-	не менее 70% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе
2.2.	Восстановительные тренировочные сборы	до 14 дней			-	участники соревнований
2.3.	Тренировочные сборы для комплексного медицинского обследования	до 5 дней, но не более 2 раз в год			-	в соответствии с планом комплексного медицинского обследования

Оглавление	2.4. Тренировочные сборы в каникулярный период	до 21 дня подряд и не более двух сборов в год		не менее 60% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе
	2.5. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки	до 60 дней		в соответствии с правилами приема

- Приложение N 1. Длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта
- Приложение N 2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба
- Приложение N 3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спортивная борьба
- Приложение N 4. Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта спортивная борьба
- Приложение N 5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки
- Приложение N 6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)
- Приложение N 7. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки
- Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе спортивного мастерства
- Приложение N 9. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки
- Приложение N 10. Перечень тренировочных сборов
- Приложение N 11. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки
- Приложение N 12. Обеспечение спортивной экипировкой

найти в оглавлении	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
Поиск в тексте			
Основное оборудование и инвентарь			
1.	Ковер борцовский 12х12 м	комплект	1
Дополнительные и вспомогательные технические средства обучения			
2.	Весы до 200 кг	штук	1
3.	Гантели массивные от 0,5 до 5 кг	комплект	3
4.	Гири спортивные 16, 24 и 32 кг	комплект	1
5.	Гонг боксерский	штук	1
6.	Доска информационная	штук	1
7.	Зеркало 2 х 3 м	штук	1
8.	Игла для накачивания спортивных мячей	штук	3
9.	Кушетка массажная	штук	1
10.	Лонжа ручная	штук	2
11.	Манекены тренировочные для борьбы	комплект	1
12.	Маты гимнастические	штук	18

## Оглавление

Оглавление	13.	Медицинболы (от 3 до 12 кг)	комплект	2
• <a href="#">Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба</a>				
• <a href="#">Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба</a>				
• <a href="#">I. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки</a>	14.	Мяч баскетбольный		
• <a href="#">II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта спортивная борьба (спортивных дисциплин)</a>	15.	Мяч футбольный	штук	2
• <a href="#">III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в реализуемой программой спортивной подготовки</a>	16.	Пасос универсальный (для накачивания спортивных мячей)	штук	1
• <a href="#">IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки</a>	17.	Скакалка гимнастическая	штук	15
• <a href="#">V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта спортивная борьба</a>	18.	Скамейка гимнастическая	штук	2
• <a href="#">VI. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям</a>	19.	Стол для хранения гантелей	штук	1
• <a href="#">Приложение N 1. Длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта ...</a>	20.	Скамейка гимнастическая	штук	8
• <a href="#">Приложение N 2. Освоение объема тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба</a>	21.	Стол для хранения гантелей	штук	1
• <a href="#">Приложение N 3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спортивная борьба</a>	22.	Скамейка гимнастическая	штук	1
• <a href="#">Приложение N 4. Требования к хранению гантелей и телосложения на результативность по виду спорта спортивная борьба</a>	23.	Платформа тяжелоатлетическая тренировочная	комплект	1
• <a href="#">Приложение N 5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки</a>				
• <a href="#">Приложение N 6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)</a>				
• <a href="#">Приложение N 7. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства</a>				
• <a href="#">Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства</a>				
• <a href="#">Приложение N 9. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки</a>			штук	1
• <a href="#">Приложение N 10. Перечень тренировочных сборов</a>				
• <a href="#">Приложение N 11. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки</a>				
• <a href="#">Приложение N 12. Обеспечение спортивной экипировкой</a>			комплект	1
найти в оглавлении				
Поиск в тексте	24	Эспандер плечевой резиновый	штук	15

## Приложение N 12. Обеспечение спортивной экипировкой

Приложение N 12  
к Федеральному стандарту

N	Наименование	Единица	Расчетная	Этапы спортивной подготовки							
п/ п	спортивной экипировки индивидуального пользования	измерения	единица	этап начальной подготовки		тренировочный этап (этап спортивной специализации)		этап совершенствования спортивного мастерства		этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование											
1.	Борцовки (обувь)	пара	на занимающегося	-	-	1	1	2	1	2	1
2.	Костюм ветрозащитный	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1
3.	Костюм разминочный	штук	на занимающегося	-	-	1	1	1	1	1	1



Оглавление											
4.	Кроссовки для	пара	на	-	-	1	1	1	1	1	1
• Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба											
• Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба											
○ I. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки											
5.	Кроссовки для	пара	на	-	-	1	1	1	1	1	1
• II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта, спортивная борьба (спортивных дисциплин)											
• III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствующей реализуемой программой спортивной подготовки											
6.	Кроссовки для	пара	на	-	-	1	1	1	1	1	1
• IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки											
• V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта спортивная борьба											
• VI. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям											
• Приложение N 1. Длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба											
7.	Кроссовки для	пара	на	-	-	1	1	1	1	1	1
• Приложение N 2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба											
• Приложение N 3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спортивная борьба											
• Приложение N 4. Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта спортивная борьба											
• Приложение N 5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки											
8.	Кроссовки для	пара	на	-	-	1	1	1	1	1	1
• Приложение N 6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе спортивной подготовки											
• Приложение N 7. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства											
• Приложение N 8. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства											
• Приложение N 9. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки											
• Приложение N 10. Перечень тренировочных сборов											
• Приложение N 11. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки											
• Приложение N 12. Обеспечение спортивной экипировкой											
Электронный текст документа подготовлен ЗАО "Кодекс" и сверен по:											

найти в оглавлении  
Поиск в тексте  
полномочия исполнительных органов государственной власти,

Информация о данном документе содержится в профессиональных справочных системах «Кодекс» и «Техэксперт»  
[Узнать больше о системах](#)

ТЕХЭКСПЕРТ

- Нормы, правила, стандарты и законодательство по техрегулированию
- Типовая проектная документация
- Технологические описания оборудования и материалов

ВАЖНЫЕ ДОКУМЕНТЫ

- ТТК, ППР, КТП
- Классификаторы
- Комментарии, статьи, консультации
- Картотека международных стандартов: ASTM, API, ASME, ISO, DNV, DIN, IP
- Основополагающие ГОСТы
- ГОСТы, вступающие в силу в течение 3 мес.
- ГОСТы за последний год
- Востребованные ГОСТы
- Проекты стандартов
- Технические регламенты
- Проекты технических регламентов
- СНиПы и своды правил

КОДЕКС

- Федеральное законодательство
- Региональное законодательство
- Образцы документов
- Все формы отчетности
- Законодательство в вопросах и ответах

ВАЖНЫЕ ДОКУМЕНТЫ

- Международное право
- Судебная практика
- Комментарии, статьи, консультации
- Справки
- Конституция РФ
- Кодексы РФ
- Федеральные законы
- Указы Президента РФ
- Постановления Правительства РФ
- Проекты нормативных актов
- Документы, зарегистрированные в Минюсте
- Приказы и письма Минфина
- Приказы и письма ФНС

ВАЖНЫЕ ДОКУМЕНТЫ

- Зарубежные и международные стандарты
- Профессиональная справочная система «Реформа технического регулирования»
- Профессиональные справочные системы «Техэксперт»
- Профессиональные справочные системы «Кодекс»

© АО «Кодекс», 2012-2017

Все права на материалы сайта docs.cntd.ru принадлежат ЗАО «Кодекс», воспроизведение (целиком или частями) материалов может производиться только по письменному разрешению правообладателя

[Положения о персональных данных](#)

Версия сайта: 2.2.7

- **Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба**

Приложение «Кодекс»  
IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки

Узнать больше об инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям

Узнать больше Приложение N 3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта спортивная борьба

Дома, в офисе, в поездках ваша надежная правовая поддержка всегда и везде.

совершенствования спортивного мастерства

- [twitter.com/kodeks](https://twitter.com/kodeks) [twitter.com/tehekspert](https://twitter.com/tehekspert)

- [facebook.com/kodeks.ru](https://facebook.com/kodeks.ru), [facebook.com/lexэксперт](https://facebook.com/lexэксперт)

- [rukodeks.livejournal.com](http://rukodeks.livejournal.com) [texekspert.livejournal.com](http://texekspert.livejournal.com)

- Приложение N 10. Перечень тренировочных сборов

- Приложение N 11. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки

- Приложение N 12. Обеспечение спортивной экипировкой

[найти в оглавлении](#)Поиск в тексте